

**Меню приготавливаемых блюд  
на «07» ноября 2024 года**

**Возрастная категория: 1-3 лет и 3 - 7 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3	Вес блюда 3-7	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша жидкаямолочная гречневая	150	200	7.1/7.5	4.4/7	17.9/25.5	136/186	54-20к
	Кофейный напиток с молоком	150	180	0.12/2.12	_____	6.8/8.4	37.6/67.6	54-23гн
	Хлеб пшеничный	20	25	1.08	2.2/1.2	15.8	61.8	Пром.
	Масло сливочное	5	7	0.1	3.8	0.1	44.6	Пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>	<b>412</b>	<b>8.4/10.8</b>	<b>9.4/12</b>	<b>40.6/52.2</b>	<b>280/360</b>	
2 завтрак	<b>Сок фруктовый</b>	150	180	2.1/2.7	0.1/0.8	10.15/13.05	70/90	Пром.
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>180</b>	<b>2.1/2.7</b>	<b>0.1/0.8</b>	<b>10.15/13.05</b>	<b>70/90</b>	
обед	Салат из свеклы отварной	40	60	0.8/1.5	2/2.5	6.3/11.6	57/90.5	54-13з
	Суп из овощей с фрикадельками мясными	150	200	1.65/2.65	2.45/5.3	18.55/25.75	109.4/130.5	54-5с
	Капуста тушеная с мясом	180	200	7.5/8.8	7.45/9.9	14.9/16.9	180.3/210.3	54-10м
	Хлеб пшеничный	55	73	3	1.1	21.3	78.4	Пром.
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0.7/1.5	_____	7.05/11.05	31.2/41.6	54-1хн
<b>Итого за обед</b>		<b>575</b>	<b>693</b>	<b>14.7/18.9</b>	<b>16.05/22.8</b>	<b>71.05/91.35</b>	<b>490/630</b>	
полдник	Запеканка из творога с морковью	50	70	3.8	6.35	16.1	105.8	54-2т
	Ряженка 2,5%	150	200	2.5/4.3	3.05/2.65	14.35/23.05	102.5/164.2	Пром.
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>270</b>	<b>6.3/8.1</b>	<b>7.05/9</b>	<b>30.45/39.15</b>	<b>210/270</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1280</b>	<b>1555</b>	<b>31.5/40.5</b>	<b>32.6/44.6</b>	<b>152.25/195.75</b>	<b>1050/1350</b>	